6
GialloZafferano
Collection
Ricette "senza"
Tanti piatti rivisitati, privi di glutine, lattosio, lievito
e zucchero, per soddisfare esigenze e palati differenti.
Con tutto il gusto delle preparazioni originali
IN EDICOLA IL 4 GIUGNO 2024
GRUPPO MONDADORI
Giugno 2024

Collection RICETTE "SENZA"

Bignè senza glutine

RICETTA PER 32 PEZZI

Preparazione
15 minuti

Cottura
30 minuti

INGREDIENTI

- **Farina di riso senza glutine** 45 g
- **Farina di lupini** 30 g
- **Amido di mais (maizena) senza glutine** 30 g
- **Uova** 110 g
- **Tuorli** 15 g
- **Acqua** 150 g
- **Burro** 40 g
- **Sale fino** 1 pizzico

PER GUARNIRE

- **Granella di zucchero**

Preparazione Per preparare i bignè senza glutine come prima cosa realizzate la pasta choux. Versate in un pentolino l'acqua, il burro e un pizzico di sale. Portate il tutto a bollore, poi togliete dal fuoco e versate la farina di riso. Aggiungete anche l'amido di mais e la farina di lupini. Mescolate bene con un cucchiaio di legno sino ad amalgamare gli ingredienti.

Riportate sul fuoco e, sempre mescolando, cuocete il composto per circa 1 minuto. Trasferitelo nella ciotola di una planetaria dotata di foglia e azionate. Versate un uovo e aspettate che sia ben assorbito prima di aggiungere il secondo. Quando anche questo sarà ben assorbito unite il tuorlo. Continuate a lavorare sino ad ottenere un impasto elastico e morbido, quindi trasferitelo in un sac-à-poche con bocchetta liscia da 10 mm.

Formate i bignè su una leccarda foderata con carta forno; dovrete formare dei ciuffetti da 3-4 cm, distanziandoli tra loro. Cospargete la superficie con la granella di zucchero e cuocete in forno ventilato a 200° per circa 25-30 minuti. Poi sfornate i bignè senza glutine e lasciateli raffreddare prima di farcirli.

Biscotti integrali senza burro

RICETTA PER 30 PEZZI

Preparazione
30 minuti

Cottura
20 minuti

INGREDIENTI

- **Farina di farro integrale** 300 g
- **Uova** 120 g
- **Zucchero integrale di canna** 105 g
- **Olio di riso** 60 g
- **Scorza d'arancia** 1
- **Ammoniaca per dolci** 3 g
- **Sale fino** 1 pizzico

Preparazione. Per preparare i biscotti integrale senza burro versate in ciotola tutti gli ingredienti secchi: la farina di farro integrale, lo zucchero di canna e l'ammoniaca per dolci. Grattugiate la scorza di un'arancia, unite le uova sbattute mentre mescolate con la forchetta. Versate l'olio di riso a filo.

Potete iniziare ad impastare a mano. Quando le polveri avranno assorbito i liquidi, passate tutto sul piano di lavoro. Senza aggiungere farina o grassi, impastate ancora il tempo di ottenere un impasto compatto. Formate un panetto e ponetelo in frigo coperto di pellicola, per almeno 30 minuti. Trascorso il tempo di riposo della frolla stendete l'impasto con poca farina di farro fino a un spessore di 5 mm.

Coppate con la forma che avete scelto: noi abbiamo usato uno stampo da budino del diametro 5,5 cm. Lavorate l'avanzo di frolla per formare altri biscotti, con queste dosi otterrete 30 pezzi. Adagiate i biscotti, distanziati, su una leccarda rivestita con carta da forno. Cuocete in forno statico già caldo per 20 minuti a 175 °. Trascorso il tempo di cottura spostate i biscotti integrali senza burro su una gratella e lasciate raffreddare.

Frolla
all'olio

Biscotti morbidi al limone senza glutine

RICETTA PER 25 PEZZI

Preparazione
30 minuti

Cottura
15 minuti

INGREDIENTI

INGREDIENTI PER L'IMPASTO

- **Mix di farine senza glutine** 250 g
- **Succo di limone** 30 g
- **Scorza di limone** 1
- **Burro** 60 g
- **Uova** 48 g
- **Zucchero di canna** 60 g
- **Lievito in polvere per dolci senza glutine** 7 g
- **Sale fino** 1 pizzico

PER RICOPRIRE I BISCOTTI

- **Zucchero di canna** 30 g
- **Zucchero a velo senza glutine** 30 g

Preparazione Per realizzare i biscotti morbidi al limone senza glutine in una ciotola versate il mix di farine senza glutine, l'uovo intero freddo e il il succo del limone.
Unite anche la scorza del limone, lo zucchero di canna e aggiungete un pizzico di sale.Versate quindi il lievito in polvere per dolci sempre senza glutine.

Iniziate a lavorare con le mani in modo che le polveri assorbano i liquidi. Poi proseguite aggiungendo poco per volta il burro ammorbidito a pezzettini, impastando man a mano perchè si assorba un pezzetto alla volta. Una volta ottenuto un impasto omogeneo, formate un panetto e avvolgetelo nella pellicola. Lasciate riposare in frigorifero 1 ora.

Trascorso questo tempo recuperate l'impasto, prelevate delle porzioni da circa 18 g ciascuna e formate delle palline: con questo impasto otterrete circa 25 pezzi. Passate ciascuna pallina prima nello zucchero di canna e poi in quello a velo senza glutine.

Adagiate le palline man mano su una leccarda rivestita con carta forno. Cuocete in forno statico preriscaldato a 180° per 15 minuti. Terminato il tempo di cottura, trasferite i biscotti morbidi al limone senza glutine sopra una gratella e lasciate raffreddare completamente. I biscotti morbidi al limone senza glutine sono pronti per essere gustati!

Biscotti rustici senza lattosio

RICETTA PER 10 PEZZI

Preparazione
15 minuti

Cottura
25 minuti

INGREDIENTI

- **Farina 00** 250 g
- **Zucchero di canna** 100 g
- **Olio extravergine** 40 g
- **Latte di riso** 30 g
- **Uova** 1
- **Lievito in polvere per dolci** 4 g
- **Scorza di limone**

PER SPOLVERIZZARE

- **Zucchero**
- **Zucchero a velo**

Preparazione. Per preparare i biscotti rustici senza lattosio per prima cosa versate in una ciotola la farina, aggiungete lo zucchero, il lievito e la scorza del limone.
Mescolate con le mani e versate un uovo, versate a filo il latte di riso e l'olio di oliva

Impastate a mano per amalgamare tutti gli ingredienti. Una volta ottenuto un panetto omogeneo, avvolgetelo nella pellicola e fate riposare in frigorifero per almeno 1 ora.
Trascorso questo tempo riprendete il panetto e con un tarocco dividetelo a pezzetti di circa 45 g ciascuno, dovreste ottenerne almeno 10.

Formate un filoncino con ciascun pezzetto di impasto e man mano che formate i biscotti, adagiateli su una teglia rivestita con carta da forno. Sulla superficie dei biscotti create degli intagli con la punta di un coltello.
Spolverizzate la superficie dei biscotti con lo zucchero semolato.

Cuocete in forno statico preriscaldato a 180° per 25 minuti. Terminata la cottura sformate i biscotti, lasciateli intiepidire e poi spolverizzate tutta la superficie con lo zucchero a velo. I biscotti rustici senza lattosio sono pronti per essere serviti.

Biscotti senza lattosio

RICETTA PER 24 PEZZI

Preparazione
10 minuti

Cottura
20 minuti

INGREDIENTI

- **Burro di cocco** 60 g
- **Uova** 60 g
- **Farina 00** 200 g
- **Zucchero** 100 g
- **Lievito in polvere per dolci** 6 g
- **Scorza di limone** 1

Preparazione. Per realizzare i biscotti senza lattosio versate il burro di cocco in un pentolino e scioglietelo a fiamma bassa. In una ciotola versate la farina e lo zucchero. Unite anche l'uovo e il lievito, quindi versate a filo il burro di cocco intiepidito mescolando con una forchetta. Raccogliete tutti gli ingredienti con la forchetta, aromatizzate con la scorza di limone e proseguite impastando a mano fino a formare un panetto compatto. Avvolgete l'impasto con pellicola e lasciatelo rassodare in frigorifero per 1 ora. Trascorso il tempo di riposo, recuperate l'impasto.

Stendetelo con il mattarello su una spianatoia leggermente infarinata, deve raggiungere uno spessore di circa mezzo centimetro. Ora ricavate i biscotti con una coppapasta di 4,5 cm e poi su ciascun biscotto formate un foro utilizzando la bocchetta del sac-à-poche del diametro di 13 mm.

Man mano che formate i biscotti adagiateli su un vassoio rivestito con carta forno. Con queste dosi, impastando anche gli scarti, si ottengono circa 24 pezzi. Cuocete in forno statico preriscaldato a 180° per circa 20 minuti. A cottura ultimata, sfornate i biscotti senza lattosio, lasciateli raffreddare e poi riponeteli in una scatola di latta fino al consumo.

Biscotti al cacao senza uova

RICETTA PER 35 PEZZI

Preparazione
41 minuti

Cottura
18 minuti

INGREDIENTI

- **Farina 00** 260 g
- **Cacao amaro in polvere** 30 g
- **Burro** 250 g
- **Zucchero muscovado** 100 g
- **Estratto di vaniglia** 2 g
- **Latte intero** 30 g
- **Fiocchi di sale** 2 g

PER GUARNIRE

- **Gocce di cioccolato fondente** 20 g
- **Fiocchi di sale**

Preparazione. Per realizzare i biscottini al cacao senza uova versate in una planetaria munita di frusta il burro a temperatura ambiente e lo zucchero muscovado. Azionate la macchina e lavorate il tutto fino a ottenere un composto omogeneo. Incorporate la farina, il cacao e i fiocchi di sale. Aromatizzate con l'estratto di vaniglia.

Mescolate ancora con le fruste. Mentre la planetaria è accesa versate a filo il latte e proseguite finché non sarà assorbito. Prelevate circa 16/18 grammi d'impasto, fatene delle palline con le mani, lavorandole velocemente per non scaldare troppo l'impasto, e adagiatele su di una leccarda rivestita con carta forno, otterrete circa 35 biscottini. In una ciotolina mischiate le gocce di cioccolato ai fiocchi di sale.

Decorate la superficie dei biscottini con il cioccolato e il fior di sale. Cuocete in forno statico preriscaldato a 180 gradi per circa 18 minuti. A cottura ultimata sfornate i biscottini al cacao senza uova e lasciateli intiepidire prima di gustarli.

Biscottini al cocco senza glutine

RICETTA PER 35 PEZZI

Preparazione
10 minuti

Cottura
10 minuti

INGREDIENTI

- **Cocco rapè** 75 g
- **Zucchero** 75 g
- **Albumi** 80 g

Preparazione. Per preparare i biscottini al cocco senza glutine versate il cocco rapè in una ciotola e unite lo zucchero semolato, mescolate con un cucchiaio e aggiungete gli albumi.
Mescolate accuratamente il tutto e impastate con le mani fino ad ottenere un composto uniforme.

Prelevate una piccola quantità di impasto, circa 5-6 grammi, e pizzicatela con le mani in modo da creare un conetto.
Trasferite man mano i cinetti su una leccarda, rivestita con carta forno, distanziandoli bene ; ne otterrete circa 35. Poi cuocete in forno ventilato preriscaldato a 190° per circa 10 minuti, controllateli finché non risulteranno dorati in superficie.

Sfornate i vostri biscottini al cocco senza glutine e lasciateli raffreddare prima di spostarli perchè da caldi risulteranno morbidi e potrebbero rompersi. Una volta freddi potrete servirli.

Cheesecake alle fragole senza glutine

RICETTA PER 8 PERSONE

Preparazione
30 minuti

Cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER LA BASE (PER UNO STAMPO DA 23 CM)

- **Biscotti all'avena senza glutine** 260 g
- **Burro** 140 g

PER LA CREMA

- **Formaggio fresco spalmabile senza glutine** 250 g
- **Robiola** 400 g
- **Panna fresca liquida** 100 g
- **Zucchero** 100 g
- **Gelatina in fogli senza glutine** 9 g

PER LA COULIS

- **Fragole** 500 g
- **Zucchero** 100 g
- **Gelatina in fogli senza glutine** 7 g
- **Scorza di limone** 1
- **Succo di limone** 35 g
- **Menta**

Preparazione. Per realizzare la cheesecake alle fragole, iniziate a preparare la base: fate sciogliere il burro a fuoco dolcissimo e fate intiepidire. Mettete i biscotti nel mixer e azionate le lame fino a sminuzzarli finemente, in modo da ottenere un composto sabbioso. Trasferite i biscotti in una ciotola, verstae il burro fuso intiepidito e mescolate per amalgamare. Versate il composto ottenuto in uno stampo a cerniera da 23 cm di diametro imburrato e foderato con carta forno sul fondo e sul bordo. Col dorso di un cucchiaio premete il composto sul fondo dello stampo per ottenere una base compatta e liscia. Fate riposare il composto in freezer per almeno mezz'ora in modo che la base diventi solida.

Preparate la crema. Mettete in ammollo 9 g di gelatina in fogli in acqua fredda per circa 10 minuti. Scaldate la panna in un pentolino, versate lo zucchero, scioglietlo e poiincorporate la gelatina strizzata a fuoco spento. Mescolate finché si sarà sciolta, poi lasciate intiepidire. In una ciotola unite i formaggi e mescolate con una frusta. Versate la panna con la gelatina nella ciotola con i formaggi. Amalgamate quindi con una frusta fino a ottenere una crema liscia e senza grumi.

Prendete la base dal freezer, versate la crema, livellate bene la superficie con una spatola e trasferite in frigo per 4 ore circa. Trascorse 3 ore, lavate le fragole e tagliatele a rondelle di 2-3 mm, unite lo zucchero semolato, la scorza di limone e il suo succo. Mescolate e lasciate macerare per circa 30 minuti a tmperatura ambiente. Trascorsi 20 minuti mettete in ammollo 7 g di gelatina in acqua fredda per 10 minuti. Poi riprendete le fragole macerate con lo zucchero e il limone e versatele in una pentola.

Cuocete per 5 minuti a fuoco vivace. Poi spegnete il fuoco, prelevate 3-4 cucchiai di succo di fragole caldo e versatelo in una ciotola, sciogliete qui la gelatina ammorbidita e strizzata. Mescolate finché nn si sarà completamente sciolta, poi versatela nella pentola col resto del composto. Lasciate raffreddare e versate la coulis di frutta sopra la crema della cheesecake. Livellate bene la superficie con la spatola e trasferite in frigo per 1-2 ore. Trascorso il tempo di raffreddamento sformate la cheesecake e guarnite con fogle di menta fresca. La cheesecake alle fragole senza glutine è pronta per essere servita.

Cheesecake senza panna

RICETTA PER 6 PERSONE

Preparazione
40 minuti

Cottura
no

INGREDIENTI PER LA BASE (PER UNO STAMPO DA 22 CM)

- **Biscotti Digestive** 200 g
- **Burro** 100 g

PER LA CREMA

- **Ricotta vaccina** 500 g
- **Formaggio fresco spalmabile** 500 g
- **Zucchero a velo** 100 g
- **Baccello di vaniglia** 1
- **Gelatina in fogli** 10 g

PER LA COPERTURA

- **Succo d'arancia** 380 g
- **Gelatina in fogli** 12 g
- **Arance** 1

Preparazione. Per realizzare la cheesecake senza panna iniziate dalla decorazione con fettine di arancia. Lavate con cura l'arancia e tagliatela a fette molto sottili. Adagiatele su una leccarda rivestita con carta forno e cuocete in forno preriscaldato a 110° in modalità ventilata per 4-6 ore, il tempo di far essiccare le arance. Mentre cuociono le fette di arancia proseguite con la preparazione. Fondete il burro a fuoco dolcissimo e lasciate intiepidire. Mettete i biscotti digestive nel mixer, quindi sminuzzateli finemente. Riponete i biscotti sminuzzati in una ciotola, versate il burro fuso e amalgamate con un cucchiaio per bene il tutto fino a ottenere un composto sabbioso. Imburrate e rivestite con carta forno una tortiera a cerchio apribile del diametro di 22 cm. Versate i biscotti sbriciolati nella tortiera e con l'aiuto di un cucchiaio compattate bene la base di biscotti. Fate raffreddare il composto in frigorifero per mezz'ora o in freezer per 10 minuti.

Ora dedicatevi al ripieno: ammorbidite in acqua fredda la gelatina in fogli per 10 minuti circa. Intanto ponete in una ciotola il formaggio spalmabile e la ricotta, aromatizzate con i semi del baccello di vaniglia, quindi iniziate a mescolare con le fruste elettriche incorporando anche lo zucchero a velo. Prelevate la gelatina e parte dell'acqua dell'ammollo fino a ricavarne 70 g totali, versate tutto in un pentolino e cuocete sul fuoco basso giusto il tempo di sciogliere la gelatina. Versate la gelatina sciolta e intiepidita nella crema. Mescolate ancora con le fruste per amalgamarla al composto.

Riprendete la base oramai compattata, versate la crema e livellate la superficie con una spatola. Conservate la cheesecake in frigo per almeno 4 ore. Trascorso il tempo, preparate la copertura. Mettete in ammollo la gelatina in fogli per 10 minuti in acqua fredda. Spremete le arance e filtrate il succo, dovrete ricavane 380 g. Scaldate circa 100 g di succo di arancia, aggiungete la gelatina ammollata e scolata. Mescolate finché la gelatina si sarà sciolta, quindi trasferite tutto in una ciotola. Unite i restanti 280 g di succo d'arancia e amalgamate con un cucchiaio. Versate il composto sulla cheesecake e riponete in frigo per circa 2 ore. Trascorso il tempo recuperate la cheesecake, estraetela dallo stampo, decoratela con le fettine di arancia essiccate. La cheesecake senza panna è pronta per essere servita.

Leggera e
profumata

Ciambella con albicocca e datteri senza zucchero

RICETTA PER 6 PERSONE

Preparazione
10 minuti

Cottura
75 minuti

INGREDIENTI PER UNO STAMPO A CIAMBELLA DA 20 CM DI DIAMETRO

- **Farina integrale** 200 g
- **Albicocche disidratate** 100 g
- **Datteri** 50 g
- **Uova** 165 g
- **Latte di mandorle** 150 g
- **Olio di semi** 115 g
- **Gocce di cioccolato fondente** 50 g
- **Lievito in polvere per dolci** 10 g
- **Baccello di vaniglia** 0.5

PER UNGERE LO STAMPO

- **Burro**

Preparazione. Per preparare la ciambella con albicocca e datteri senza zucchero, versate le albicocche disidratate e i datteri denocciolati in un mixer dotato di lame di acciaio. Unite il latte di mandorle, i semini di mezza bacca di vaniglia e iniziate a frullare. Aggiungete quindi l'olio di semi e frullate nuovamente fino a ottenere un composto cremoso e omogeneo.

A questo punto unite le uova e frullate a bassa velocità fino a che saranno state completamente assorbite. In ultimo aggiungete la farina integrale e il lievito e frullate ancora per qualche secondo. Quando avrete ottenuto un composto denso e omogeneo, trasferitelo in una ciotola, aggiungete le gocce di cioccolato, poi mescolate con una spatola.

Imburrate uno stampo a ciambella del diametro di 20 cm e versate l'impasto all'interno. Cuocete in forno statico preriscaldato a 180° per circa 70-75 minuti (consigliamo sempre di verificare in base al proprio forno). Una volta cotta (fate sempre la prova stecchino), lasciate intiepidire prima di sformarla su una gratella per farla raffreddare completamente.
La vostra ciambella con albicocca e datteri senza zucchero è pronta per essere gustata!

Crêpes senza glutine

RICETTA PER 8 CREPES

Preparazione
5 minuti

Cottura
16 minuti

INGREDIENTI

- **Farina di riso** 200 g
- **Uova** 150 g
- **Latte intero** 350 g
- **Burro** 50 g
- **Sale fino** 0.25 cucchiaino

PER UNGERE LA CREPIERA

- **Burro**

Preparazione. Per realizzare le crêpes senza glutine per prima cosa sciogliete il burro al microonde oppure a bagnomaria e tenetelo da parte. Versate le uova in una ciotola, aggiungete il latte e mescolate con la frusta per amalgamare, unite ora anche il burro fuso intiepidito Il sale e la farina di riso poco alla volta continuando a mescolare, così da evitare la formazione di grumi. Quando il composto sarà ben amalgamato coprite con pellicola e lasciate riposare in frigorifero per circa 30 minuti.

Ungete una crepiera di circa 22 cm di diametro (oppure una padella antiaderente) con un fiocco di burro. Quando sarà ben calda versatevi un mestolino di composto e distribuitelo su tutta la superficie della crepiera. Fate cuocere circa 1 minuto per lato Una volta cotte, trasferite man mano le crêpe sopra un piatto. Con le dosi indicate otterrete 8 crêpes da farcire con stuzzicanti ingredienti dolci o salati!

Crostata senza uova

RICETTA PER 8 PERSONE

Preparazione
30 minuti

Cottura
30 minuti

INGREDIENTI PER LA FROLLA PER UNO STAMPO DA 28 CM

- **Farina 00** 500 g
- **Burro** 280 g
- **Zucchero di canna** 200 g
- **Acqua** 50 g
- **Estratto di vaniglia** 0.5 cucchiaino
- **Sale fino** 1 pizzico

PER FARCIRE

- **Confettura di mirtilli** 340 g

Preparazione.Per realizzare la crostata senza uova, per prima cosa preparate la frolla: versate la farina e il burro freddo di frigo nella ciotola di una planetaria munita di gancio a foglia, unite il sale e l'estratto di vaniglia e lavorate per 3 minuti. Intanto mescolate in una ciotolina lo zucchero di canna con l'acqua.

Aggiungete il composto di acqua e zucchero nella planetaria e azionate nuovamente fino a ottenere un impasto compatto e omogeneo. Trasferite l'impasto sul piano di lavoro e formate un panetto, avvolgetelo in pellicola e fate riposare in frigorifero almeno 30 minuti.

Stendete la frolla sul piano leggermente infarinato fino allo spessore di circa mezzo centimetro. Adagiate sulla frolla uno stampo del diametro di 28 cm misurato in superficie (alla base 27 cm) e ritagliate la porzione corrispondente lasciando un piccolo margine dal bordo. Rivestite la base e i bordi dello stampo con il disco di frolla ed eliminate l'impasto in eccesso con un coltellino.

Farcite il guscio di frolla con la confettura, stendendola uniformemente con il dorso di un cucchiaio. A questo punto stendete la frolla avanzata sempre allo spessore di mezzo centimetro. Con un coltello ritagliate delle strisce della larghezza di circa 1 cm e disponetele sulla crostata sia in un verso che nell'altro, poi eliminate l'eccesso passando il mattarello sui bordi dello stampo.

Cuocete in forno statico preriscaldato a 180° per 30 minuti, posizionando lo stampo sul ripiano medio. Una volta cotta, sfornate la crostata e lasciatela raffreddare prima di sformarla. La vostra crostata senza uova è pronta per essere servita!

Finta maionese senza uova

RICETTA

Preparazione
5 minuti

Cottura
no

INGREDIENTI PER CIRCA 150 G DI FINTA MAIONESE

- **Olio di semi di girasole** 100 ml
- **Latte di soia** 50 ml
- **Sale fino** 1 pizzico
- **Aceto** 1 cucchiaio

PER LA VERSIONE CON LA BARBABIETOLA

- **Barbabietole precotte** 100 g

CON LA SENAPE

- **Senape** 50 g

CON IL POMODORO

- **Concentrato di pomodoro** 40 g

CON 'ERBA CIPOLLINA

- **Erba cipollina** 8 g

Preparazione. Per preparare la finta maionese senza uova, versate in bicchiere alto (andrà benissimo il bicchiere di plastica del frullatore a immersione) il latte di soia, l'olio di semi di girasole, unite un pizzico di sale e infine un cucchiaio di aceto o limone. Immergete all'interno del bicchiere il frullatore a immersione e frullate gli ingredienti a velocità media, fino a che il composto non si sarà addensato; ci vorranno pochi secondi. Trasferite la finta maionese senza uova in una ciotolina e servitela! Ricordate che, con le stesse proporzioni, potrete usare il latte intero, al posto di quello di soia, e l'olio d'oliva, al posto di quello di semi.

Per la finta maionese con la barbabietola, per prima cosa tagliate a tocchetti la barbabietola precotta. Procedete come sopra, versando in un bicchiere alto il latte di soia, l'olio di semi di girasole, un pizzico di sale e infine un cucchiaio di aceto o limone, quindi unite anche la barbabietola tagliata a tocchetti. Immergete all'interno del bicchiere il frullatore a immersione e frullate gli ingredienti a velocità media, per pochi secondi fino a che il composto si sarà addensato. Trasferite la finta maionese con barbabietola in una ciotolina ed ecco pronta la vostra salsa!

Per la finta maionese con la senape, procedete come sopra preparando la maionese vegana nella versione base e trasferitela in una ciotolina. Aggiungete la senape, mescolate le due salse ed ecco pronta la vostra finta maionese con senape!

Per la finta maionese con pomodoro, procedete come sopra preparando la maionese vegana nella versione base e trasferitela in una ciotolina. Aggiungete quindi il concentrato di pomodoro, mescolate le due salse ed ecco pronta la vostra finta maionese con pomodoro!

Per la finta maionese con erba cipollina, per prima cosa tritate finemente i fili di erba cipollina. Procedete poi come sopra preparando la finta maionese nella versione base e trasferitela in una ciotolina. Aggiungete quindi l'erba cipollina tritata, mescolate ed ecco pronta la vostra finta maionese con erba cipollina.

Salse
deliziose

Focaccia senza lievito

RICETTA PER 4 PERSONE

Preparazione
30 minuti

Cottura
65 minuti

INGREDIENTI PER UNO STAMPO DA 26,5 CM DI DIAMETRO

- **Acqua** 133 g
- **Farina 00** 250 g
- **Olio extravergine** 35 g
- **Sale fino** 6 g

PER IL RIPIENO

- **Patate** 400 g
- **Pancetta dolce** 100 g
- **Provola affumicata** 110 g

Preparazione. Per la focaccia senza lievito cominciate dall'impasto. In una ciotola versate la farina insieme al sale. Unite l'acqua a temperatura ambiente versandola a filo mentre impastate a mano. Procedete aggiungendo 25 grammi di olio all'impasto che a questo punto sarà diventato compatto. Mescolate velocemente nella ciotola.

Trasferite il composto su un piano e lavoratelo fin quando sarà diventato elastico e liscio: è normale che l'impasto risulti molto morbido. Trasferite nuovamente in ciotola la pallina di impasto e coprite con pellicola trasparente. Lasciate riposare per almeno 30 minuti a temperatura ambiente.

Nel frattempo dedicatevi al ripieno: lavate e poi lessate le patate in un pentolino per 20 minuti dal momento in cui l'acqua raggiunge il bollore: è importante che non cuociano fino a diventare troppo morbide, altrimenti si disferanno durante la cottura in forno. Una volta cotte scolatele e lasciatele raffreddare, poi pelatele e tagliatele a fette di circa 1 cm. Tagliate a cubetti la pancetta dolce e la provola affumicata.

Riprendete l'impasto, dividetelo a metà e stendetelo sul piano leggermente infarinato fino a ottenere un disco di circa 26 centimetri. Ungete una teglia di 26,5 cm di diametro (24 cm di diametro misurando il fondo) e adagiate la sfoglia, pressando leggermente il fondo e i bordi per farli aderire perfettamente. Farcite la focaccia con le fette di patate, la pancetta e la provola tagliate a dadini. Stendete anche l'altra metà di impasto e adagiate la sfoglia nella teglia, facendo in modo che i bordi combacino, poi pizzicate con le dita e arrotolate l'impasto.

Bucate la superficie con i rebbi di una forchetta e spennellate la superficie coi restanti 10 g d'olio. Cuocete in forno statico preriscaldato a 200° per 35 minuti nella parte centrale del forno, poi spostate la teglia sulla base del forno e cuocete ancora 10 minuti. Sfornate e servite la focaccia senza lievito fumante!

Gelato senza gelatiera al pistacchio

RICETTA PER 4 PERSONE

Preparazione
15 minuti

Cottura
5 minuti

INGREDIENTI PER CIRCA 700 G DI GELATO

- **Latte intero** 200 g
- **Panna fresca liquida** 200 g
- **Acqua** 100 g
- **Zucchero** 100 g
- **Pistacchi** 100 g

Preparazione. Per il gelato al pistacchio senza gelatiera partite dallo sciroppo: in un pentolino versate lo zucchero, l'acqua e accendete la fiamma a fuoco basso. Nel frattempo in una caraffa versate il latte e la panna. Non appena lo sciroppo sarà arrivato a bollore, spegnete il fuoco e lasciatelo intiepidire.

Versate lo sciroppo all'interno del composto di latte e panna e frullate il tutto con un mixer a immersione. Versatelo in uno stampo di silicone (o negli stampini per il ghiaccio). Trasferite in freezer e lasciatelo gelare per almeno 1 notte.

La mattina dopo estraete i cubetti dallo stampo e trasferiteli all'interno di un robot da cucina. Frullate il tutto per ottenere un composto cremoso, unite i pistacchi e frullate ancora fino a ottenere una crema liscia. Versatelo in un contenitore (di alluminio, in ceramica o vetro, evitate la plastica) e trasferite in freezer per almeno 6 ore.

Al momento di servirlo estraetelo dal freezer 5-10 minuti prima e lavoratelo con un cucchiaio, raschiando man a mano fino a quando riuscirete a mescolare per riportare allo stato cremoso. Per una consistenza ancora più cremosa potete passare il gelato nuovamente nel mixer con le lame.

Facile
e veloce

Gelato senza gelatiera ai frutti di bosco

RICETTA PER 10 PERSONE

Preparazione
25 minuti

Cottura
15 minuti

INGREDIENTI (PER CIRCA 1 KG DI GELATO)

- **Lamponi** 150 g
- **Mirtilli** 100 g
- **Fragole** 350 g
- **Latte intero** 400 g
- **Zucchero** 150 g
- **Panna fresca liquida** 250 g
- **Albumi** 2
- **Succo di limone** 1

Preparazione. Per il gelato senza gelatiera ai frutti di bosco iniziate a porre in un mixer i frutti di bosco ben lavati: i mirtilli, i lamponi e le fragole, dopo averle private delle foglioline. Frullate il tutto e passate quindi la purea ottenuta al colino. Spremete il succo di 1 limone, filtratelo e unitelo alla purea di frutti di bosco: mescolate con cura e tenete da parte.

Versate in un tegame il latte, gli albumi e lo zucchero. Cuocete a fuoco dolce, mescolando con una frusta per sciogliere gli albumi e lo zucchero: il composto dovrà raggiungere e non superare gli 83°, potete controllare con un termometro per alimenti. Una volta raggiunta la temperatura, trasferite il composto in una ciotola e poi immergetela in una ciotola più grande colma di ghiaccio per il raffreddamento rapido (il composto non dovrà solidificarsi). Versate la purea di frutti di bosco e mescolate con una spatola per amalgamare i composti.

Montate la panna in una ciotola ben fredda, con uno sbattitore elettrico e quando il composto con i frutti di bosco sarà freddo, versate anche la panna, mescolando dall'alto verso il basso con una spatola. Quindi trasferite il tutto in una terrina ampia e bassa, coprite con pellicola a contatto e ponete nel congelatore. Dopo un'ora, tirate fuori il gelato, mescolatelo con una forchetta e rimettetelo in freezer per un'altra ora. Ripetete l'operazione almeno 3 volte, fino a quando il gelato avrà raggiunto la giusta consistenza, servitelo nelle coppette con frutti di bosco freschi!

Lasagna senza besciamella

RICETTA PER 6 PERSONE

Preparazione
20 minuti

Cottura
90 minuti

INGREDIENTI

- **Lasagne all'uovo** 12
- **Mozzarella** 250 g
- **Parmigiano Reggiano DOP** 100 g

PER IL RAGÙ

- **Passata di pomodoro** 700 g
- **Macinato di manzo** 300 g
- **Macinato di maiale** 200 g
- **Cipolle dorate** 50 g
- **Carote** 50 g
- **Sedano** 50 g
- **Vino rosso** 60 g
- **Olio extravergine**
- **Sale fino**

Preparazione. Per realizzare le lasagne senza besciamella per prima cosa preparate il ragù: mondate e tritate finemente il sedano, la carota e la cipolla. In una casseruola scaldate un giro d'olio, poi aggiungete il macinato di manzo e di maiale e rosolate a fiamma alta fino a quando il fondo si sarà asciugato. A questo punto, abbassate il fuoco e unite il trito di verdure. Lasciate appassire il soffritto qualche minuto, alzate nuovamente la fiamma e sfumate con il vino rosso. Quando l'alcool sarà completamente evaporato versate anche la passata di pomodoro. Aggiungete anche un pochino di acqua (quanto basta per sciacquare la brocca), salate e cuocete a fuoco dolce per 45 minuti; a fine cottura dovrete ottenere un ragù abbastanza liquido.

Tagliate la mozzarella a cubetti. Trascorso il tempo di cottura del ragù potete comporre le vostre lasagne: prendete una teglia da 20x30 cm e distribuite uno strato di ragù sul fondo, adagiate 3 sfoglie di lasagna e ricoprite con il ragù. Distribuite un po' di cubetti di mozzarella e di Parmigiano Reggiano grattugiato, poi formate un altro strato di lasagne e procedete alternando gli ingredienti in questo ordine fino a ottenere 4 strati in tutto.

Terminate con un abbondante strato di ragù, mozzarella e formaggio grattugiato. Cuocete in forno statico preriscaldato a 200° per circa 20 minuti, poi azionate il grill e proseguite la cottura per altri 10 minuti. Sfornate e lasciate riposare qualche minuto prima di servire le vostre lasagne senza besciamella!

Mini plumcake senza zucchero

RICETTA PER 6 PEZZI

Preparazione
30 minuti

Cottura
25 minuti

INGREDIENTI

- **Datteri** 90 g
- **Mele stark** 260 g
- **Farina 0** 160 g
- **Arance** 2
- **Olio di semi** 90 g
- **Latte intero** 60 g
- **Uvetta** 10 g
- **Uova** 55 g
- **Lievito in polvere per dolci** 8 g
- **Sale fino 1 pizzico**

PER GLI STAMPINI

- **Olio di semi**
- **Farina 0**

Preparazione. Per i mini plumcake senza zucchero, per prima cosa lavate le mele, tenete da parte una metà coperta con pellicola per la decorazione. Sbucciate e tagliate le restanti mele a fettine di circa 3 mm di spessore e mettetele in una ciotola capiente. Grattugiate la scorza di un'arancia non trattata e tenete da parte; spremete il succo dell'arancia grattugiata e di un'altra.

Utilizzate 100 g del succo d'arancia per l'impasto, versandolo nella ciotola con le fettine di mela e tenete da parte il restante succo per spennellare i plumcake una volta cotti. Mescolate le mele col succo d'arancia. Tenete da parte.

Versate i datteri denocciolati in un contenitore alto e stretto, unite l'uvetta, l'olio di semi, il latte e la scorza d'arancia grattugiata, poi frullate con un mixer a immersione fino a ottenere una crema liscia e uniforme.Trasferitela in una ciotola, aggiungete l'uovo, un pizzico di sale e mescolate con le fruste elettriche. Setacciate la farina e il lievito all'interno della ciotola e lavorate ancora il composto con le fruste per amalgamare il tutto. Aggiungete e fettine di mela insaporite con il succo d'arancia e incorporatele al composto mescolando con una spatola.

Oliate e infarinate 6 stampi da mini plumcake da 7x4 cm e 4,5 cm di altezza, poi riempiteli con il composto fino a 1 cm dal bordo. Guarnite la superficie con la mezza mela tenuta da parte, che avrete sbucciato e tagliato a fettine, e cuocete in forno statico preriscaldato a 180° per circa 25 minuti. Nel frattempo versate in un pentolino il succo d'arancia che avevate tenuto da parte e fate ridurr a fuoco medio per 2-3 minuti. Una volta cotti, sfornate i mini plumcake e lasciateli raffreddare, poi rimuoveteli dallo stampo e spennellateli con la riduzione di succo d'arancia. I vostri mini plumcake senza zucchero sono pronti per essere gustati!

Muffin senza glutine

RICETTA PER 12 PEZZI

Preparazione
15 minuti

Cottura
30 minuti

INGREDIENTI

- **Farina di riso venere** 200 g
- **Farina di castagne** 120 g
- **Amido di mais (maizena)** 100 g
- **Burro** 50 g
- **Yogurt greco** 200 g
- **Latte intero** 160 g
- **Uova** 2
- **Zucchero** 150 g
- **Lievito in polvere per dolci** 5 g
- **Mirtilli rossi** 150 g

Preparazione. Per realizzare i muffin senza glutine per prima cosa sciacquate i mirtilli, versateli in una ciotola, copriteli con acqua tiepida e fateli rinvenire per il tempo di preparazione dell'impasto (10 minuti). Sciogliete il burro a fuoco dolce in un pentolino e poi lasciatelo intiepidire.

In una ciotola versate le uova intere a temperatura ambiente e lo zucchero, montate il composto con le fruste elettriche finché non sarà chiaro e spumoso, a questo punto incorporate il burro fuso raffreddato e lo yogurt greco a temperatura ambiente. Proseguite montando il composto con le fruste elettriche e quando lo yogurt sarà assimilato, unite le polveri, mantenendo in azione le fruste: la farina di riso venere, l'amido di mais, il lievito in polvere per dolci (senza glutine) e la farina di castagne. Ora versate a filo il latte a temperatura ambiente. Una volta assorbito il latte l'impasto risulterà liscio e omogeneo.

Recuperare i mirtilli: scolateli e strizzateli, versateli all'interno dell'impasto e mescolate con la spatola per amalgamare. L'impasto risulterà denso. Inserite i pirottini di carta in una teglia da 12 muffin, versate l'impasto nei pirottini con un mestolo. Una volta riempiti gli stampini cuocete i dolcetti in forno statico preriscaldato a 180° 30 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate i muffin senza glutine e fateli intiepidire prima di servirli!

Pancake senza uova

RICETTA PER 24 PEZZI

Preparazione
10 minuti

Cottura
20 minuti

INGREDIENTI PER CIRCA 24 PANCAKE (DI PICCOLE DIMENSIONI)

- **Latte intero** 450 g
- **Farina 00** 300 g
- **Burro** 50 g
- **Zucchero** 60 g
- **Lievito in polvere per dolci** 8 g
- **Estratto di vaniglia**
- **Sale fino** 1 pizzico

PER CUOCERE

- **Burro**

PER DECORARE

- **Salsa ai mirtilli**.

Preparazione. Per realizzare i pancake senza uova per prima cosa fate sciogliere il burro in un pentolino e lasciate intiepidire. Intanto setacciate la farina in una ciotola e poi nella stessa ciotola setacciate anche il lievito. Aggiungete lo zucchero e il latte. Amalgamate con una frusta a mano, poi unite anche il sale, il burro fuso intiepidito e l'estratto di vaniglia. Mescolate per ottenere un composto liscio e omogeneo.

Scaldate una padella antiaderente a fuoco medio-basso e ungetela con poco burro, poi versate al centro un mestolo scarso di pastella e allargatela leggermente con il dorso di un cucchiaio per renderla tonda. Quando sulla superficie cominceranno a comparire delle bollicine girate il pancake con una paletta. Cuocete per un minuto sull'altro lato, il tempo di cottura totale è di circa 3 minuti ciascuno.

Se volete potete anche realizzare i pan cake più grandi e regolarvi con i tempi di cottura. Man mano che sono cotti, impilate i pancake senza uova su un piatto da portata. Infine guarniteli con gli ingredienti che preferite, noi consigliamo una salsina ai mirtilli.

Uno tira
l'altro

Pancake senza burro

RICETTA PER 4 PERSONE

Preparazione
10 minuti

Cottura
4 minuti

PER 16 PANCAKE DI 10 CM DI DIAMETRO

- **Yogurt magro** 125 g
- **Farina 00** 150 g
- **Latte intero** 200 g
- **Uova** 58 g
- **Lievito in polvere per dolci** 8 g
- **Olio extravergine**

Preparazione. Per i pancake senza burro, cominciate ponendo l'uovo in una ciotola e sbattendolo con una frusta a mano. Quando risulta chiaro e spumoso, aggiungete il latte a filo e, continuando a sbattere, unite anche lo yogurt. Unite quindi, passandola attraverso un setaccio, la farina e il lievito a pioggia. Procedete amalgamando con cura, con movimenti delicati dal basso vero l'alto per non smontare il composto, fino a ottenere una pastella liscia e omogenea. Coprite con pellicola, e ponetela in frigo a riposare per circa 30 minuti.

Trascorso il tempo, recuperate la pastella e scaldate sul fuoco medio una padella antiaderente o una padella specifica per crepe, ungendola, se necessario, con un panno di carta intriso di olio. Versate al centro della padella una cucchiaiata di pastella, lasciando che si allarghi da sola.

Quando cominciano a fiorire delle piccole bollicine in superficie, è il momento di girare il pancake, con l'aiuto di una spatola. Fatelo dunque cuocere un altro minuto e quando è pronto adagiatelo su un piatto. Proseguite così fino a esaurire la pastella. Servite i vostri pancake senza burro accompagnati da frutta fresca, miele o confetture!

Pasta fredda al pesto senza aglio

RICETTA PER 4 PERSONE

Preparazione
10 minuti

Cottura
10 minuti

INGREDIENTI

- **Casarecce** 320 g
- **Pomodorini datterini** 250 g
- **Mozzarella** 200 g
- **Olive nere** 50 g
- **Sale grosso**

PER IL PESTO

- **Basilico** 35 g
- **Olio extravergine d'oliva** 90 g
- **Pinoli** 20 g
- **Parmigiano Reggiano DOP** 10 g
- **Pecorino** 10 g
- **Sale fino**

Preparazione. Per realizzare la pasta fredda al pesto senza aglio, per prima cosa ponete sul fuoco una pentola colma di acqua salata da portare al bollore che servirà per cuocere la pasta. Intanto preparate il pesto: lavate e asciugate bene le foglie di basilico, quindi trasferitele in un mixer e aggiungete i pinoli, il Parmigiano e quindi il Pecorino grattugiati. Salate e versate l'olio.

Azionate le lame e frullate il composto fino a ottenere una salsa fluida e omogenea; tenete da parte il condimento. Cuocete la pasta per il tempo indicato sulla confezione.

Tagliate la mozzarella a cubetti. Ponetela in un colino e lasciatela scolare in modo che perda il suo siero. Lavate i pomodorini e tagliateli a spicchi. Infine riducete le olive a rondelle. Scolate la pasta in una ciotola, condite con olio di oliva, mescolate e lasciate raffreddare. Una volta che la pasta sarà fredda, versate il pesto e mescolate per amalgamarlo.

Aggiungete i pomodorini. Completate il condimento con le olive e la mozzarella, poi aggiustate di sale e pepe e servite la vostra pasta fredda al pesto senza aglio.

Pizza in teglia senza glutine

RICETTA PER 2 PERSONE

Preparazione
20 minuti

Cottura
30 minuti

PER L'IMPASTO (PER UNA TEGLIA 20X20X5 CM)

- **Mix di farine senza glutine** 200 g
- **Latte intero** 160 g
- **Acqua** 60 g
- **Lievito di birra secco senza glutine** 5 g
- **Sale fino** 7 g

PER CONDIRE

- **Passata di pomodoro** 150 g
- **Mozzarella** 120 g
- **Olio extravergine** 20 g
- **Sale fino**
- **Pepe nero**

PER SPOLVERIZZARE

- **Mix di farine senza glutine** 20 g

PER UNGERE LA TEGLIA

- **Olio extravergine** 20 g

Preparazione. Per la pizza in teglia senza glutine, per prima cosa versate il mix di farine senza glutine in una ciotola capiente, poi aggiungete il latte a temperatura ambiente e l'acqua sempre a temperatura ambiente. Unite anche il sale e il lievito di birra secco senza glutine (in alternativa potete sbriciolare 10 g di lievito fresco, assicurandovi sempre di acquistare prodotti con la spiga sbarrata), poi iniziate a mescolare con un cucchiaio di legno.

Dovrete ottenere un impasto umido ma consistente e omogeneo. Trasferite l'impasto in un contenitore con il coperchio che sia alto almeno il doppio del composto, chiudete e lasciate lievitare a temperatura ambiente per circa 2 ore. Trascorso il tempo di lievitazione, riprendete l'impasto che risulterà sodo ma piuttosto appiccicoso. Rovesciatelo su un piano di lavoro leggermente infarinato aiutandovi con un tarocco. Ribaltate l'impasto dall'altro lato e schiacciatelo leggermente con le dita.

Per il condimento: versate la passata di pomodoro in una ciotola e condite con olio, sale e pepe, poi mescolate bene e tenete da parte. Riducete la mozzarella a cubetti e tenetela da parte. Ungete con l'olio una teglia da 20x20 cm sia sulla base che sui bordi, poi trasferite l'impasto all'interno. Schiacciate con le dita per stendere l'impasto su tutta la superficie della teglia, ma fate attenzione a non tirarlo troppo perché, non avendo glutine, potrebbe strapparsi.

Aggiungete il pomodoro sulla superficie distribuendolo uniformemente con il dorso di un cucchiaio, poi lasciate lievitare a temperatura ambiente per altre 2 ore. Se il condimento risulta un po' asciutto, coprite la teglia con un canovaccio. Una volta lievitata, distribuite la mozzarella sulla pizza e cuocete in forno statico preriscaldato a 190° per 25-30 minuti.
Una volta cotta, sfornatela: la vostra pizza in teglia senza glutine sarà pronta per essere condivisa e gustata!

Plumcake allo yogurt senza burro

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

Preparazione
15 minuti

Cottura
50 minuti

INGREDIENTI (PER UNO STAMPO DA 23X10X7,5 CM)

- **Uova** 168 g
- **Zucchero** 140 g
- **Yogurt greco** 250 g
- **Olio di semi** 100 ml
- **Farina 00** 180 g
- **Fecola di patate** 60 g
- **Scorza di limone** 1
- **Sale fino** 1 pizzico
- **Lievito in polvere per dolci** 16 g

Preparazione. Per il plumcake allo yogurt senza burro, preparate tutti gli ingredienti pesati che dovranno essere a temperatura ambiente. Ponete le uova intere in una ciotola capiente insieme allo zucchero semolato e il pizzico di sale; montate il tutto con uno sbattitore elettrico, inizialmente a velocità bassa, poi potete aumentarla. Quando avrete ottenuto un composto chiaro e spumoso, eliminate le fruste elettriche e prendete invece la frusta a mano. Versate lo yogurt greco poco per volta, mescolando per incorporare.

Grattugiate la scorza di un limone e unitela all'impasto. Mescolate per amalgamare bene tutti gli ingredienti, poi versate l'olio a filo sempre mescolando. Nel frattempo, in una ciotola setacciate la farina, la fecola di patate e il lievito, dopodiché aggiungete le polveri un cucchiaio alla volta all'impasto, mescolando con la spatola dall'alto verso il basso, fino a terminare le polveri e ottenere un impasto liscio ed omogeneo.

Imburrate e foderate con carta da forno uno stampo da plumcake della misura di 23x10x7,5 cm (della capacità di 1litro); versate delicatamente l'impasto che avete ottenuto, livellando molto delicatamente con la spatola la superficie.

Fate cuocere in forno statico preriscaldato a 170° per 55 minuti. Verificate la cottura facendo la prova con uno stecchino: infilate lo stuzzicadente al centro del plumcake e se, estraendolo, rimane pulito, significa che è pronto; in caso contrario prolungate la cottura di qualche minuto.

Quando il plumcake sarà dorato in superficie, sfornatelo, lasciatelo raffreddare completamente nello stampo, quindi sformate: il vostro plumcake allo yogurt senza burro è pronto per essere servito!

Sorbetto al limone senza albumi

INGREDIENTI PER 3 PERSONE

Preparazione
20 minuti

Cottura
45 minuti

INGREDIENTI

- **Succo di limone** 100 g
- **Acqua** 85 g

PER LO SCIROPPO

- **Acqua** 200 g
- **Zucchero** 200 g

Preparazione. Per realizzare il sorbetto al limone senza albumi iniziate dallo sciroppo. Versate 200 g d'acqua in un pentolino, aggiungete 200 g di zucchero, mescolate e portate a bollore: otterrete uno sciroppo piuttosto liquido. Lasciate bollire per 3 minuti, raffreddate in frigorifero almeno 30 minuti.

Spremete il limone da cui dovrete ottenere 100 g di succo e filtratelo. In una brocca versate 315 g di sciroppo di acqua e zucchero ormai freddo, 85 g di acqua e il succo del limone. Emulsionate la miscela con un frullatore a immersione fino a ottenere un composto chiaro e spumoso.

Versate il composto ottenuto all'interno della bacinella della gelatiera precedentemente raffreddata (seguite le istruzioni riportate sulla vostra gelatiera per verificare come procedere). Lasciate mantecare il sorbetto per circa 30-40 minuti sino a completo raffreddamento. Una volta ottenuta una crema liscia e lucida, il vostro sorbetto sarà pronto per essere servito!

Tiramisù alle fragole senza uova

RICETTA PER 4 PERSONE

Preparazione
20 minuti

Cottura
No

INGREDIENTI PER 4 BICCHIERI (DA 180 G)

- **Fragole** 115 g
- **Fragole** 2
- **Savoiardi** 8
- **Succo di limone** 45 g
- **Zucchero a velo** 30 g

PER LA CREMA

- **Mascarpone** 250 g
- **Panna fresca liquida** 200 g
- **Zucchero a velo** 50 g
- **Scorza di limone** 1

PER GUARNIRE

- **Fragole** 4

Preparazione. Per il tiramisù alle fragole senza uova, iniziate a lavare le fragole sotto l'acqua corrente, poi prendetene 115 g (avendo cura di tenere da parte 6 fragole intere). Eliminate il picciolo e le foglioline, tagliatele a pezzetti. Trasferite i pezzi di fragole in un mixer, versate 45 g di succo di limone, aggiungete 30 g di zucchero a velo e frullate fino a ottenere una purea cremosa che vi servirà poi per bagnare i savoiardi.

Per la crema: versate la panna fresca in una ciotola e montatela con le fruste elettriche, quando inizierà a montare aggiungete a poco a poco 50 g di zucchero a velo. Una volta terminato, ammorbidite il mascarpone con un cucchiaio, poi aggiungetelo alla panna montata, mescolando molto delicatamente dal basso verso l'alto per evitare di smontare la panna. Per un risultato ottimale si consiglia di stemperare prima un cucchiaio di mascarpone nella panna montata così da ottenere un composto più morbido e poi successivamente unite il restante mascarpone e mescolate delicatamente. Aromatizzate con la scorza del limone grattugiata.

Trasferite la crema ottenuta in una sac-à-poche con bocchetta liscia, prendete 4 bicchieri da dessert della capacità di 180 g, versate un primo strato di crema al mascarpone sul fondo, poi prendete i savoiardi, tagliateli regolandovi con la misura del bicchiere, poi intingete i savoiardi nella bagna di fragole precedentemente preparata adagiateli nei bicchieri, ora tagliate a pezzetti 2 delle fragole tenute da parte e distribuitele sopra i savoiardi; ultimate con uno strato di crema al mascarpone.

Per guarnire prendete le 4 fragole rimaste, praticate dei tagli incidendo le fragole nel senso della lunghezza senza rimuovere il picciolo in modo da creare un effetto a "ventaglio" da aprire in ciascun bicchierino. Adagiate ciascuna fragola aperta per decorare i biccherini. Il vostro goloso tiramisù alle fragole senza uova è pronto per essere gustato!

Torta al limone senza uova

RICETTA PER 6 PERSONE

Preparazione
25 minuti

Cottura
55 minuti

INGREDIENTI PER UNO STAMPO DA 22 CM

- **Farina 00** 180 g
- **Farina di mandorle** 50 g
- **Succo di limone** 100 g
- **Scorza di limone** 1
- **Burro** 90 g
- **Latte intero** 50 g
- **Zucchero di canna** 180 g
- **Amido di mais (maizena)** 50 g
- **Lievito in polvere per dolci** 8 g

Preparazione. Per la torta al limone senza uova fate fondere il burro a fuoco dolce e lasciate intiepidire. Quindi versatelo in una ciotola con lo zucchero di canna, unite la scorza di limone. Lavorate gli ingredienti con una frusta. Aggiungete la farina 00, la farina di mandorle, la maizena e il lievito. Mescolate velocemente, quindi unite anche il succo di limone e il latte a temperatura ambiente. Lavorate gli ingredienti sino a ottenere un impasto cremoso e omogeneo.

Trasferite l'impasto in uno stampo leggermente svasato da 22 cm di diametro, precedentemente imburrato e infarinato. Livellate la superficie con il dorso del cucchiaio. Cuocete in forno statico a 170° per circa 55 minuti. Prima di sfornare fate sempre la prova dello stecchino, una volta pronta aspettate che si intiepidisca prima di sformarla.

Sformate e fate raffreddare completamente su una gratella. Per decorare con zucchero a velo potete sistemare un piattino piccolo sopra la torta al centro e spargere intorno lo zucchero a velo, così che cada solo all'esterno. Decorate con una fettina di limone e servite la vostra torta al limone senza uova!

Dolce
estivo

Torta senza lattosio allo yogurt avena e uvetta

RICETTA PE 10 PERSONE

Preparazione
10 minuti

Cottura
35 minuti

INGREDIENTI PER UNO STAMPO DA 25 CM DI DIAMETRO

- **Farina 00** 90 g
- **Farina integrale** 90 g
- **Farina di nocciole** 20 g
- **Fiocchi di avena** 50 g
- **Uova** 165 g
- **Zucchero** 80 **g**
- **Uvetta** 100 g
- **Yogurt senza lattosio** 250 g
- **Olio di semi** 80 g
- **Lievito in polvere per dolci** 8 g

PER LA SUPERFICIE

- **Fiocchi di avena** 20 g
- **Zucchero di canna** 20 g

Preparazione. Per preparare la torta senza lattosio come prima cosa versate le uova all'interno di una ciotola, aggiungete lo zucchero di canna e lavorate per un minuto con uno sbattitore elettrico. Sempre con le fruste in azione unite l'olio a filo. Aggiungete poi la farina setacciata, quella integrale, quella di nocciole e il lievito setacciato. Lavorate ancora con le fruste sino ad ottenere un composto omogeno. Unite poi lo yogurt, i fiocchi d'avena e l'uvetta . Lavorate ancora con le fruste elettriche fino a che saranno ben incorporati.

Versate all'interno di uno stampo delle misure di 21,5 cm sul fondo e 25 in superficie precedentemente imburrato. Guarnite la superficie con fiocchi d'avena e zucchero di canna.

A questo punto cuocete in forno statico preriscaldato a 180° per 30 minuti, poi cambiate la modalità in forno ventilato e cuocete per altri 5 minuti per caramellare leggermente la superficie del dolce. Sfornate e lasciate raffreddare prima di sformare e servire il dolce.

Torta di mele senza burro

RICETTA PE 8 PERSONE

Preparazione
30 minuti

Cottura
85 minuti

INGREDIENTI PER L'IMPASTO

- **Mele Golden** 1 kg
- **Uova** 3
- **Farina 00** 300 g
- **Zucchero di canna** 150 g
- **Lievito in polvere per dolci** 16 g
- **Sale fino** 1 pizzico
- **Scorza di limone** 1
- **Olio di semi** 60 g
- **Yogurt greco** 125 g

PER LA SUPERFICIE

- **Zucchero di canna** 40 g

Preparazione. Per la torta di mele senza burro per prima cosa sbucciate 1 kg di mele Golden. Tenete da parte 1 mela e mezza e tagliate le altre a dadini. Irroratele quindi con succo di limone. Sgusciate 3 uova in ciotola, unite lo zucchero di canna, sale e la scorza di limone grattugiata. Iniziate a montare con le fruste elettriche. Quando il composto è spumoso versate a filo l'olio di semi e, una volta assorbito, lo yogurt greco.

Miscelate farina 00 e lievito in polvere setacciandolo. Unite le polveri poco per volta anche al composto e continuate lavorare con le fruste elettriche fino a rendere l'impasto omogeneo. Scolate le mele dal succo di limone in eccesso, quindi tuffatele nell'impasto. Mescolate, Versatelo in uno stampo di 22 cm di diametro oleato e foderato con carta forno.

Tagliate a fettine le mele rimaste. Distribuitele a raggiera sulla superficie della torta, coprendo anche il centro.Spolverizzate con zucchero di canna, poi cuocete in forno statico 170° per circa 85 minuti. Fate la prova stecchino prima di sfornare la vostra torta di mele senza burro!

GRUPPO MONDADORI

Supplemento di

Prodotto e realizzato da
OpenEyes Film Srl

DIRETTORE RESPONSABILE
Simona Stoppa
simonastoppa@openeyesfilm.net

CON LA COLLABORAZIONE
del team web giallozafferano.it

COLLABORATORI
Luciana Giruzzi
Marilena Bergamaschi
Federica Esti
Michela Burkhart

EDITORE: **MONDADORI MEDIA S.p.a.**
20054 Segrate (Mi) - tel 02/75421

STAMPA: EFFE PRINTING S.r.l.
Località Miole Le Campore
Oricola (AQ)

DISTRIBUZIONE: PRESS-DI S.r.l.
20054 Segrate (Mi)

Pubblicazione registrata presso
il Tribunale di Milano n. 3595/2023

7

Non perderti
il prossimo numero
dedicato ai

Primi piatti freddi

Le insalatone sono le protagoniste di ogni pranzo estivo. Con riso, pasta, farro oppure orzo e arricchite da ortaggi e legumi di stagione sono belle da vedere e gustose da mangiare

il 3 luglio in edicola!